

## МЕНЮ

На 9 Июня 2026 год

| Прием пищи   | Наименование блюд                      | Выход Сад/ Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|--------------|----------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|---------|
| 2<br>ЗАВТРАК | Суп молочный с макаронными изделиями   | 180/2           | 3,60  | 4,00  | 119,12   | 99,30   |
|              |                                        | 150/1,5         | 2,40  | 3,00  | 79,40    | 66,20   |
|              | Хлеб пшеничный                         | 20              | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|              |                                        | 15              | 1,14  | 0,12  | 7,38     | 35,25   |
|              | Сыр «Российский» 50%( порциями)        | 16,46           | 3,55  | 4,55  | 0        | 55,00   |
|              |                                        | 10,5            | 2,40  | 3,03  | 0        | 36,60   |
|              | Какао с молоком (1вариант)             | 180             | 3,12  | 2,66  | 14,17    | 93,30   |
|              |                                        | 150             | 2,81  | 2,39  | 12,75    | 83,90   |
|              | Суп молочный с крупой Ячневой          | 180/2           | 3,61  | 3,81  | 12,62    | 99,30   |
|              |                                        | 150/1,5         | 3,12  | 3,30  | 10,93    | 86,06   |
|              | Икра овощная                           | 50              | 0,65  | 2,07  | 3,58     | 35,50   |
|              |                                        | 30              | 0,39  | 1,24  | 2,15     | 21,30   |
|              | Суп картофельный с крупой(гречневой)   | 200             | 1,58  | 2,18  | 11,66    | 72,6    |
|              |                                        | 150             | 1,18  | 1,64  | 8,75     | 54,45   |
| Обед         | Плов из птицы                          | 150             | 23,36 | 27,04 | 38,24    | 489,60  |
|              |                                        | 150             | 23,36 | 27,04 | 38,24    | 489,60  |
|              | Компот из лимонов                      | 180             | 0,43  | 0,09  | 30,59    | 54,61   |
|              |                                        | 150             | 0,33  | 0,07  | 25,49    | 124,74  |
|              | Хлеб пшеничный                         | 37,46           | 2,66  | 0,28  | 17,22    | 103,95  |
|              |                                        | 20              | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|              | Хлеб ржаной                            | 29,08           | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
|              |                                        | 30              | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
|              | Запеканка из творога с соусом молочным | 120/30          | 17,54 | 12,05 | 17,15    | 247     |
|              |                                        | 100/30          | 17,54 | 12,05 | 17,15    | 247     |
|              | Чай с сахаром                          | 200/9           | 0,20  | 0,78  | 16,00    | 65,00   |
|              |                                        | 150/4           | 0,15  | 0,17  | 12,00    | 48,45   |
| ПОЛДНИ К     | Итого за день                          | 1502            | 47,79 | 44,52 | 172,89   | 1342,10 |
|              |                                        | 1215            | 42,75 | 40,59 | 135,09   | 1103,56 |